

他者による自己評価意識の生起メカニズム

—— 対人関係憂慮意識・自己肯定意識・コーピングとの関係から ——

The Mechanism that Produced Self-consciousness of Evaluation by Others :
The Relations to Anxiety of Interpersonal relationships, Self-Affirmation, and Coping

上山 喜 寛 米 澤 好 史
Yoshihiro UEYAMA Yoshifumi YONEZAWA
(みくまの支援学校) (和歌山大学教育学部)

2008年10月1日受理

1. はじめに

私たちは対人関係において、自分が他者にどのような思われているかを気にしたり、好印象を持たれたり、悪印象を持たれたくないといった気持ちを抱えたりすることがある。また、他者に対して気配ったり、合わせたりなど、他者のことを考えた行動をとることもある。そのような気持ちや行動の傾向が強い人を俗に“気にしい”と呼ぶことがある。

第三者から見れば、気にしいの人は「優しい人だ」「気配りのできる人だ」など比較的好印象を持たれていることも多いだろう。気にしいの人は気にしていることを表情や態度として表に出してしまうことが、悪いイメージにつながると考えているかもしれない。だからこそ、より一層そのような表情や態度が表に出ないようになるべく自然にふるまおうとしているのではないだろうか。その結果、気にしすぎるのが負担になっていることもあるのではないだろうか。では、気にしいの人たちにとって、対人関係はどのような意味を持つのだろうか。

上山・米澤(2006)は気にしいに着目して、気にしいを他者による自己評価意識(以下、他者による自己評価意識のことを本論文では“気にしい”と表記する)と捉え、“他者にどう思われているか”を“自分がどのように考えているか”という気持ちの側面と、“他者にどう思われたいか”を考えて“自分がどのように行動するか”という行動の側面にわけて、対人欲求・対人ストレスとの関連を検討した。その結果、気にしいの人たちは評価不安、好印象希求、気疲れ、気遣いの気持ち特性を持っていて、気配り、消極的態度、迎合努力、抑制の行動特性を持っていることがわかった。そして、評価不安は4つの行動特性すべてと相互に影響していることがわかった。また、賞賛欲求や非拒否欲求が気配りや消極的態度、好印象希求に影響を与えていた。回避欲求は他者との関係を回避することで自己を防御しようとする欲求であるから、消極的態度や抑制などの自分を引いたり、抑えたりといった、自分を出さない行動をとることで関係を回避しようとしていること

が示された。そして、関係を回避しようとする時に生じる対人関係に気疲れを感じていることも示された。そして、対人磨耗によるストレスを感じるのが気疲れに、対人磨耗によるストレスを感じる頻度が評価不安に関係していることがわかった。対人磨耗は社会の規範からはさほど逸脱していないが、配慮や気疲れを伴う対人関係によるストレスであるから、気疲れと関係があったのは結果として妥当だと言える。対人劣等によるストレスも評価不安や気遣いに関係していた。こうして、他者の視点を意識した自己評価意識は、気持ち面と行動面から捉えることにより、自己の対人行動、対人意識と密接に関係しあい、対人態度を形成していることが示された。

このように、気にしいの気持ち特性と行動特性から、対人欲求と対人ストレスについては検討することができたが、他特性との関連や、気にしいの成立過程については検討されていない。佐藤(2007)は著書「思いやりの日本人」の中で、感情の読み取り能力が低下している人が増えたと述べている。確かに、ある面ではそう捉えられても仕方がないのかもしれない。しかし、感情の読み取り能力が過敏なのが気にしいであり、気にしいを捉える上で、その成立過程を検討することは重要であるといえる。そして、気にしいが他者との関わりの中で形成されていくのだとしたら、対人関係におけるこれまでの経験を聞いてみることで、成立過程を探ることができるかもしれない。

滝上(2007)は能動的な対人関係における視点には他者を意識したマイナス想定視点、他者を意識したプラス想定視点、自己の感情の満足の視点があることを示した。気にしいは他者を意識した視点をより多く持っているのではないだろうか。

一方、Tangency & Fischer(1995)は日常生活で多くの人と関わる時に抱く様々な感情の中には共感や個人的苦痛、恥、罪悪感、プライドや高揚感など「自己意識的感情」と呼ばれる感情があるとしている。これらの感情はいずれも自己との関わりの中で生じ、自己との関係で意識されることの多い感情である。また、

これらの感情は他の感情に比べて、ある場面で同時に感じられることが多く、それらを感じる当人にとってはその区別が難しいという特徴を持っている。

菊池・有光(2006)はこの自己意識的感情に焦点を当て、12シナリオ(場面)・72項目からなる自己意識的感情尺度(KA-jikokan-12)を作成している。気にしいの気持ち特性はこれらの自己意識的感情に含まれると考えても良いのではないだろうか。場面の要素を組み込むことにより、間接的な経験における関わりが聞けるのではないだろうか(榎本・米澤, 2008参照)。

また、気にしいの性質がコーピングにどのような影響を与えているかを考えることも気にしいの人を理解する上で役立つと考えられる。コーピングは「ストレスラーを処理しようとして意識的におこなわれる認知的努力(行動及び思考)」として定義されている(Lazarus & Folkman, 1984)。つまり、問題解決のために人々が行う様々な行動および思考の試みのことである。コーピングは問題の種類や時間経過に応じて変化し、個人と環境の相互作用のプロセスを構成するものとして位置づける考え方が主流になっている。確かにコーピングはその問題によってあるいは時間経過によって変化していくのかもしれない。しかし、気にしいの人たちは他者の評価意識に敏感であるから、問題に直面した時にコーピングよりも他者評価意識を気にしてしまい、問題に対して適切なコーピングが取れないのではないかという懸念が残る。ここまで述べてきたことを簡単に図で表すとFigure 1 のようになる。

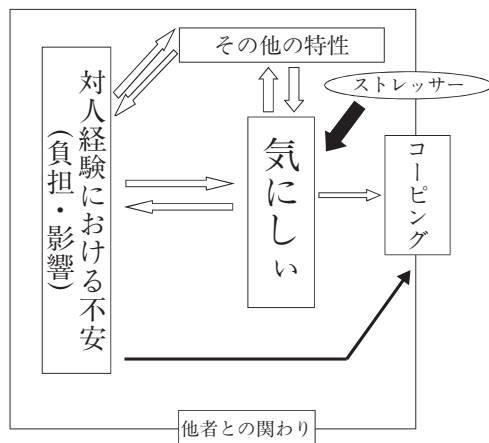


Figure 1 他者との関わりにおける気にしい・対人経験・その他特性とコーピングの関係図

以上の考えを踏まえ、本研究では“気にしい”の生起メカニズムを対人関係におけるこれまでの経験から探り、経験や気にしい特性がどのようなコーピング傾向を持ちやすいのかを検討していく。

研究 I

気にしい生起メカニズムを探るために以下の点に着

目することとした。

1. 対人関係におけるこれまでの経験
2. 経験をした時に感じる負担の程度
3. 相手が感じるかもしれない負担をどの程度考えるか
4. 能動的・受動的・間接的といった、経験の仕方による捉え方の変化
5. 経験を認知的側面と判断的側面に分けること

また、他の外的指標を用いて、気にしいとの更なる関係性を明らかにしていくことも重要な要素であると考えられる。そこで、研究 I では「気にしいの成立過程には対人関係における経験頻度だけではなく、自己負担や他者負担意識も関係しているのではないか」という仮説を立て、幅広く対人経験について聞くことが出来る尺度と気にしい尺度、自己肯定意識尺度との関係性について検討する。

方法

質問紙

1. 対人関係憂慮意識尺度

気にしいと自覚している人にインタビューを行い、対人経験について質問した。それらと橋本(1997)の対人ストレスイベント尺度をもとにして「私が相手に〇〇した」のような能動的経験の認知場面12項目と判断場面12項目、「相手が私に〇〇した」のような受動的経験の認知場面12項目と判断場面12項目、「AがBに〇〇した場面」のような間接経験の認知場面12項目と判断場面12項目を作成した。

ここでの認知項目とは、相手に与える影響を推測していない状況・場面を設定した。一方、判断項目とは、相手に与える影響を推測している状況・場面を設定して作成した。

能動的経験の認知と判断では、経験頻度・自己負担・他者負担意識について質問した。各項目について、経験頻度は「全くなかった」から「しばしばあった」までの4段階評定(0～3点)で求めた。自己負担は「全く負担に思わない」から「非常に負担に思う」までの4段階評定(0～3点)で求めた。他者負担意識は「全く考えない」から「非常に考える」までの4段階評定(0～3点)で求めた。

受動的経験の認知と判断でも、経験頻度・自己負担・他者負担意識について質問した。評定も同様である。

間接経験の認知と判断では、AがBに何かしている場面を設定し、経験頻度・感情移入度について質問した。経験頻度は同様の評定を求めた。感情移入度は「A」、「どちらかといえばA」、「どちらかといえばB」、「B」の4段階評定(それぞれ、-2、-1、1、2点)で求めた。

分析では上記以外に頻度×自己負担(以下、負担頻度)、頻度×他者負担意識(以下、意識頻度)、負担頻度+

意識頻度(以下、憂慮意識)も用いた。また、間接的経験は頻度×感情移入度を憂慮意識として用いた。

2. 自己肯定意識尺度

平石(1990b)の作成した自己肯定意識尺度を用いた。對自己領域から、自己受容に関する4項目、自己実現の態度に関する7項目、充実感に関する8項目、対他者領域から、自己閉鎖性・人間不信に関する8項目、自己表明・対人的積極性に関する7項目、対評価意識・対人緊張に関する7項目の計41項目となっている。各項目について「全くあてはまらない」から「非常にあてはまる」までの5段階(1～5点)で評定を求めた。

3. 気にしい尺度(気持ち)

上山・米澤(2006)の作成した他者による自己評価意識尺度(気持ち)を用いた。評価不安に関する16項目、好印象希求に関する5項目、気疲れに関する5項目、気遣いに関する3項目の計29項目となっている。各項目について5段階(1～5点)で評定を求めた。

4. 気にしい尺度(行動)

上山・米澤(2006)の作成した他者による自己評価意識尺度(行動)を用いた。気配りに関する13項目、消極的態度に関する6項目、迎合努力に関する5項目、抑制に関する5項目の計29項目となっている。各項目について5段階(1～5点)で評定を求めた。

被調査者

和歌山大学学生321名(男183名、女138名)

調査実施日

11月下旬

手続き

講義の時間に集団式で質問紙配布。

結果

各尺度について主因子法・プロマックス回転による因子分析を行った。そして、因子負荷が.30以上の項目をその尺度項目とした。

《1》能動的経験・認知

固有値の変動および解釈可能性から、経験頻度・自己負担・他者負担意識・負担頻度・意識頻度・憂慮意識で項目内容がほぼ同様の2因子が抽出された。よって、「私は目上の人に話しかけたことがある」など、主に自分から他者へ話しかける項目に負荷がかかった因子を『発話』、「私は友だちに返事をしなかったことがある」など、主に他者との関係を自分から回避しようとする項目に負荷がかかった因子を『回避』とした(Table 1)。

《2》能動的経験・判断

同様にそれぞれ2因子が抽出された。よって、「私は友だちを一方的に責めたことがある」など、主に他者に対して攻撃的な関与をする項目に負荷がかかった因子を『攻撃』、「私は友だちに気を遣って話をしていたことがある」など、主に他者に対して配慮的な関与を

する項目に負荷がかかった因子を『配慮』とした(Table 2)。

Table 1 能動的経験・認知の因子分析結果一例

項目内容	因子1	因子2	共通性
私は友だちに意見を言ったことがある	.688	.034	.502
私は初対面の人に話しかけたことがある	.674	-.055	.413
私は目上の人に話しかけたことがある	.622	-.130	.306
私は友だちに頼みごとをしたことがある	.595	-.003	.352
私は友だちに何度も質問したことがある	.461	.221	.384
私は友だちについて気づいたことを直接言ったことがある	.430	.070	.226
私は第三者とのことについて、友だちに話したことがある	.374	.089	.188
私は友だちの話を聞かなかったことがある	-.121	.651	.344
私は友だちに返事をしなかったことがある	-.034	.650	.397
私は友だちを誘わなかったことがある	.038	.495	.269
私は友だちに喋っているときに黙ったことがある	.153	.446	.305
私は友だちの話をうなずいていたことがある	.186	.266	.165
固有値	3.849	1.311	
寄与率(%)	32.072	10.922	42.995
因子1 発話			
因子2 回避			

Table 2 能動的経験・判断の因子分析結果一例

項目内容	因子1	因子2	共通性
私は友だちを無視したことがある	.869	-.229	.576
私は友だちを仲間はずれにしたことがある	.646	-.055	.379
私は友だちを一方的に責めたことがある	.594	.077	.411
私は友だちに悪口を直接言ったことがある	.580	.082	.399
私は友だちが会話中、私が黙って気まずい沈黙にしたことがある	.572	.075	.383
私は友だちに無理な要求をしたことがある	.544	.100	.369
私は友だちの話を聞かずに誤解したことがある	.439	.105	.258
私は顔をうかがいながら、初対面の人に話しかけたことがある	.027	.585	.361
私は友だちに気を遣って話をしていたことがある	.007	.557	.315
私は友だちの意見に反論したことがある	.183	.505	.395
私は目上の人に、上下関係を気にして敬語で話したことがある	-.127	.500	.192
私は第三者のことについて、友だちに愚痴を言ったことがある	.212	.267	.182
固有値	4.158	1.332	
寄与率(%)	34.647	11.104	45.751
因子1 攻撃			
因子2 配慮			

《3》受動的経験・認知

同様にそれぞれ2因子が抽出された。「初対面の人が私に話しかけてきたことがある」など、主に他者から自分へ話しかけられる項目に負荷がかかった因子を『受話』、「友だちが私に返事をしなかったことがある」など、主に自分との関係を他者が回避しようとする項目に負荷がかかった因子を『被回避』とした(Table 3)。

《4》受動的経験・判断

同様にそれぞれ2因子が抽出された。「私は友だちから一方的に責められたことがある」など、主に他者が自分に対して攻撃的な関与をする項目に負荷がかかった因子を『被攻撃』、「私は初対面の人に顔をうかがわれながら話しかけられたことがある」など、主に他者が自分に対して配慮的な関与をする項目に負荷がかかった因子を『被配慮』とした(Table 4)。

Table 3 受動的経験・認知の因子分析結果一例

項目内容	因子1	因子2	共通性
友だちが第三者とのことについて私に話しかけてきたことがある	.738	-.035	.511
友だちが私に頼みごとをしたことがある	.652	-.010	.417
友だちが私の話にうなずきながら話をしていたことがある	.645	-.018	.401
友だちが私について気づいたことを直接私に言ったことがある	.628	.031	.421
友だちが私に意見を言ったことがある	.627	.095	.481
初対面の人が私に話しかけてきたことがある	.614	-.049	.340
友だちが私に何度も質問したことがある	.539	.148	.419
後輩が私に話しかけてきたことがある	.505	.038	.282
友だちが私に返事をしなかったことがある	-.100	.840	.605
友だちが私を誘わなかったことがある	-.013	.673	.441
友だちが私の話を聞かなかったことがある	.153	.623	.537
私と友だちが会話中、友だちが黙ったことがある	.065	.599	.415

固有値	5.067	1.277	
寄与率(%)	42.226	10.640	52.866
因子1 受話			
因子2 被回避			

Table 4 受動的経験・判断の因子分析結果一例

項目内容	因子1	因子2	共通性
私は友だちから仲間はずれにされたことがある	.876	-.203	.602
私は友だちから一方的に責められたことがある	.805	-.030	.620
私は友だちに無視されたことがある	.738	.001	.546
私は友だちに悪口を直接言われたことがある	.717	.050	.559
私は友だちに話を聞いてもらえずに誤解されたことがある	.587	.091	.414
私は自分の意見が友だちに反論されたことがある	.483	.246	.432
私は友だちに無理な要求をされたことがある	.415	.243	.349
私は初対面の人に顔色をうかがわれながら話しかけられたことがある	-.130	.863	.630
私は友だちに気を遣われて話をしていたことがある	.033	.620	.410
私は第三者とのことについて友だちから愚痴を言われたことがある	.166	.529	.410
私は後輩から上下関係を気にされて敬語を使われたことがある	-.058	.459	.183
私と友だちが会話中、友だちが黙って気まずい沈黙にされたことがある	.219	.389	.298

固有値	5.025	1.447	
寄与率(%)	41.874	12.059	53.933
因子1 被攻撃			
因子2 被配慮			

《5》間接経験・認知

経験頻度では「Aが目上のBに話しかけている場面」など、主にAからBへ話しかけている場面の項目に負荷がかかった因子『発話』、「AがBに返事をしなかった場面」など、主にAがBとの関係を避けようとする項目に負荷がかかった因子『回避』の2因子が抽出された。感情移入度では経験頻度と同様の『回避』、「AがBに何度も質問している場面」など、主にBがAに対して気疲れを感じている項目に負荷がかかった因子『摩耗』、「Aが初対面のBに話しかけている場面」のような、主にAがBに気を遣っている項目に負荷がかかった因子『配慮』の3因子が抽出された。憂慮意識では感情移入度と同様に因子が分かれた(Table 5)。

《6》間接経験・判断

経験頻度では「AがBを一方的に責められている場面」など、主にAがBに対して攻撃的な関与をする項目に負荷がかかった因子『攻撃』、「AがBに気を使って話をしている場面」など、主にAがBに対して配慮的な関与をする項目に負荷がかかった因子『配慮』の2因子が抽出された。感情移入度では経験頻度と同様の『攻撃』、『配慮』に加えて「AがBの話を聞かずにBのことを誤解している場面」など、主にBがAに対

して気疲れを感じている項目に負荷がかかった因子『摩耗』の3因子が抽出された。憂慮意識では感情移入度と同様に因子が分かれた(Table 6)。また、能動的経験・受動的経験・間接経験の因子一覧をTable 7, 8に示した。

Table 5 間接経験・認知・経験頻度の因子分析結果

項目内容	因子1	因子2	共通性
Aが目上のBに話しかけている場面	.746	-.139	.433
Aが第三者とのことについて、Bに話している場面	.744	-.026	.528
AがBに頼みごとをしている場面	.637	.098	.501
AがBの話にうなずいている場面	.634	.014	.414
Aが初対面のBに話しかけている場面	.558	.085	.384
AがBに意見を言っている場面	.410	.302	.429
AがBについて気づいたことをBに直接言っている場面	.397	.310	.422
AがBに返事をしなかった場面	-.134	.887	.841
AがBの話を聞いていない場面	-.045	.797	.588
AがBを誘わなかった場面	.049	.559	.352
AとBが喋っているときにAが黙っている場面	.237	.396	.342
AがBに何度も質問している場面	.273	.389	.372

固有値	5.273	1.167	
寄与率(%)	43.941	9.722	53.663
因子1 発話			
因子2 回避			

Table 6 間接経験・判断・感情移入度の因子分析結果

項目内容	因子1	因子1	因子3	共通性
AがBを一方的に責めている場面	.807	.055	.027	.649
AがBを仲間はずれにした場面	.751	-.015	-.053	.524
AがBを無視した場面	.701	-.093	-.095	.467
AがBに無理な要求をしている場面	.572	.038	.034	.338
AがBに悪口を直接言っている場面	.555	.017	.116	.396
AがBに気を遣って話をしている場面	-.036	.673	-.007	.475
Aが目上のBに上下関係を気にして敬語で話している場面	.103	.600	.023	.321
Aが顔色をうかがいながら、初対面のBに話しかけている場面	-.111	.282	.075	.097
Aが第三者とのことについて、Bに愚痴を言っている場面	-.083	.086	.457	.157
AがBの意見に反論している場面	.131	.051	.440	.269
AがBの話を聞かずにBのことを誤解している場面	.094	-.206	.353	.274
AとBが会話中、Aが黙って気まずい沈黙した場面	.024	-.004	.350	.135

固有値	3.541	1.419	1.095	
寄与率(%)	29.511	11.828	9.122	50.461
因子1 攻撃				
因子2 配慮				
因子3 磨耗				

Table 7 能動的経験・受動的経験の因子

	認 知	判 断
能動的経験	発 話	攻 撃
	回 避	配 慮
受動的経験	受 話	被攻撃
	被回避	被配慮

Table 8 間接的経験の因子

	認 知		判 断	
	頻 度	感情移入・ 憂慮意識	頻 度	感情移入・ 憂慮意識
間接的経験	発 話	回 避	攻 撃	攻 撃
	回 避	配 慮	配 慮	配 慮
		磨 耗		磨 耗

自己肯定意識尺度では平石(1990b)と同様に「自己閉鎖性・人間不信」「自己実現態度」「対評価意識・対人緊張」「自己表明・対人的積極性」「充実感」「自己受容」の6因子が抽出された。

気にしい尺度では上山・米澤(2006)と同様に気持ち特性は「評価不安」「好印象希求」「気遣い」「気疲れ」が、行動特性は「気配り」「迎合努力」「消極的態度」「抑制」の4因子が抽出された。

各尺度について、信頼性を測るために α 係数を求めた。おおむね高い結果が得られたが、尺度によっては決して高い数値になっているとは言えないものもあった。しかし、一つひとつの尺度が本研究の根幹をなすものであり、内容的にも妥当であると考えられることから、今後の検討課題ではあるが、以下の分析に用いることにした。また、間接経験の認知・判断それぞれの感情移入度と憂慮意識(間接)については尺度の評定上、個々人のデータについて絶対値に置き換えた後に α 係数を求めた。

気にしいの各因子と対人関係憂慮意識、自己肯定意識との関係性を調べるため、相関係数を求め、気にしいを従属変数、対人関係憂慮意識と自己肯定意識を独立変数とする、ステップワイズ法による重回帰分析を行なった(Table 9)。

Table 9 重回帰分析の負荷因子

評価不安	(+) 発話負担、回避負担頻度、被回避負担、被配慮負担頻度、 摩耗(認知)感情、対評価意識・対人緊張、 自己閉鎖性・人間不信、(-) 発和場面
好印象希求	(+) 発和頻度、被攻撃負担・負担頻度、回避場面憂慮、 自己受容、対評価意識・対人緊張、(-) 被攻撃頻度、 自己閉鎖性・人間不信
気遣い	(+) 回避負担、受話負担意識、攻撃感情、 対評価意識・対人緊張、(-) 攻撃頻度
気疲れ	(+) 発話負担意識、配慮頻度、攻撃憂慮、配慮場面、 対評価意識・対人緊張、自己閉鎖性・人間不信、 (-) 回避負担意識、対回避負担意識、被攻撃頻度
気配り	(+) 回避負担、受話負担意識、攻撃感情、自己受容、 自己実現的態度、対評価意識・対人緊張、(-) 受話憂慮
迎合努力	(+) 回避負担、被回避負担意識、摩耗(判断)感情、 対評価意識・対人緊張
消極的態度	(+) 発話負担、回避負担頻度、配慮負担意識、攻撃場面憂慮、 充実感、対評価意識・対人緊張、自己閉鎖性・人間不信、 (-) 発話頻度、配慮負担頻度、発和場面、 自己表明・対人的積極性
抑制	(+) 回避憂慮、配慮頻度、回避感情、摩耗(認知)憂慮、 自己閉鎖性・人間不信、(-) 発話頻度、攻撃頻度

考察

気にしいの生起メカニズムは、経験頻度だけではなく、その経験を通じて感じる自分の負担や相手の負担を考えることが影響を与えているということが示された。特に、回避や被回避など、回避すること・されたこと、あるいはそのような場面に対して、不安に思う経験が気にしいの一因となっているのではないだろう

か。他者を回避してしまったことに対する後悔や、回避されたことで感じる不安などの経験が積み重ねられていくと、他者に気を遣おうとしたり、合わせようとしたりすることで回避されないように振る舞うのではないだろうか。そうすることで気にしいの人たちは、他者を避けない・他者から避けられない自分を作り出し、よりよい対人関係を作り出そうとしているのかもしれない。しかし、上山・米澤(2006)のように、気にしいの中にはそれらの気持ちや行動がストレスとなっていることも示されている。

そして、自己肯定意識からは対他者領域の対評価意識・対人緊張による影響を多く受けていた。同時に、気にしいの各因子、対人経験の各因子との相関も多くみられた。これは対評価意識・対人緊張という側面が気にしいの評価不安と似通っているからとも考えられる。

また、男女別で見ると、男の方が女に比べて有意な相関が多かったり、影響を与えている因子が多かったりという結果が示されたが、影響している因子数が気にしいを決定付ける要因になるのではなく、気にしいの成立過程そのものが男女では異なるのではないかということも示された。例えば、男は発話そのものの経験が、女は発話したことで相手を感じるかもしれない負担を考えることが好印象希求に影響を与えていた。つまり、男は話しかける経験を多くすることで、話している自分に良いイメージを持ってもらいたいと考えている一方、女は話しかける経験よりも、話しかけたときに他者が負担を感じているかもしれないと意識すればするほど、他者に負担を感じさせないようにしよう、すなわち、良いイメージを持ってもらいたいと考えているのではないだろうか。

以上のことから、研究Ⅰの仮説「気にしいの成立過程には対人関係における経験頻度だけではなく、自己負担や他者負担意識も関係しているのではないか」は支持された。

研究Ⅱ

研究Ⅰでは、気にしいの生起メカニズムについて対人関係憂慮意識と自己肯定意識との関係から検討してきた。その結果、男と女では気にしいの成立過程が異なることが示された。そこで研究Ⅱでは「対人関係憂慮意識と気にしいの各因子はコーピングとも関係性があるのではないか。そして、気にしいの成立過程が異なるようにコーピングへの関与もまた男女で異なるのではないか」という仮説を立て、それを検討することを目的とした。

方法

質問紙1

1. コーピング尺度

神村・海老原・佐藤・戸ヶ崎・坂野(1995)の3次元

モデルにもとづく対処法略尺度をベースにした。この尺度は多面的なコーピングを簡便に捉えるために、コーピングの分類次元として3つの軸を設定し、それらの組み合わせで構成される8象限のそれぞれに対応した項目群による8下位尺度から構成されたものである。3つの軸とは、「焦点軸(問題焦点-情動焦点)」「方向軸(接近-回避)」「表出軸(認知-行動)」である。そして、これらの組み合わせによる8下位尺度とは、①情報収集(関与・問題焦点・行動)、②放棄・諦め(回避・問題焦点・認知)、③肯定的解釈(関与・情動焦点・認知)、④計画立案(関与・問題焦点・認知)、⑤回避的思考(回避・情動焦点・認知)、⑥気晴らし(回避・情動焦点・行動)、⑦カタルシス(関与・情動焦点・行動)、⑧責任転嫁(回避・問題焦点・行動)である。

本尺度は、上記の8下位尺度を分類基準とし、神村ら(1995)の22項目に、尾関(1993)のコーピング尺度から12項目、坂田(1989)のコーピング・カテゴリーから6項目と分類基準に沿うように一部を変更した2項目の計8項目、新たに作成した10項目の計52項目とした。各項目について、「そのようにしたこと(考えたこと)」はこれまでにない。今後も決してないだろう、「ごくまれにそのようなことをしたこと(考えたこと)がある。今後もしないだろう」、「何度かそのようにしてきたこと(考えたこと)がある。今後時々はそうするだろう。」「しばしばそのようにしたこと(考えたこと)がある。今後もしないだろう。」「いつもそうしてきた(考えてきた)。今後もしないだろう。」の5段階(1～5点)で評定を求めた。

質問紙2

1. 気にしい尺度(気持ち)

2. 気にしい尺度(行動)

1・2ともに研究Iと同様の尺度である。

被調査者

和歌山大学学生 148名(男52名、女96名)

調査実施日

12月上旬

対象者

質問紙1と2ともに回答している被調査者を、学籍番号によって照合した結果、どちらのデータもそろっているのは82名(男41名、女41名)であった。

結果

【1】因子分析と信頼性分析

コーピング尺度について、主因子法・プロマックス回転による因子分析を行った。そして、因子負荷が.40以上の項目をその尺度項目とした。

固有値の変動および解釈可能性から、7因子が抽出された。当初想定していた8因子にはわかれなかった。

因子1には「責任を他の人に押しつける」など、主に問題に対して責任を転嫁したり、投げ出したりする

ことで対処をしようとする項目に負荷がかかったので『責任転嫁・逃避』とした。

因子2には「悪いことばかりではないと楽観的に考える」など、主に問題に対して肯定的に解釈をしようとする項目に負荷がかかったので『肯定的思考』とした。

因子3には「状況についてもう一度検討し直す」、など、主に問題に対して現状を検討したり、今後の見通しを立てようとしたりする項目に負荷がかかったので『現実検討・計画立案』とした。

因子4には「誰かに話を聞いてもらい気を静めようとする」など、主に問題に対して他者に依存したり、支援を求めたりする項目に負荷がかかったので、『サポート・他者依存』とした。

因子5には「そのことをあまり考えないようにする」など、主に問題に対して考えようとしなかったり、解決そのものを諦めてしまったといった項目に負荷がかかったので、『思考回避・諦め』とした。

因子6には「本を読んだり映画をみたりする」など、主に問題に対して関係のないことに心を向けて気分を晴らそうとする項目に負荷がかかったので、『気晴らし』とした。

因子7には「現在の状況を変えるよう努力する」など、主に問題に対して苦しみながらも自分の力で切り開こうとする項目に負荷がかかったので『現状打開・苦闘』とした。

コーピング尺度の α 係数はおおむね高い値が得られた。また、気にしい尺度(気持ち)、気にしい尺度(行動)、対人関係憂慮意識尺度については研究Iと同様である。

コーピングの各因子と対人関係憂慮意識、気にしいとの関係性について調べるため、相関係数を求め、コーピングを従属変数、対人関係憂慮意識と気にしいを独立変数とするステップワイズ法による重回帰分析を行なった(Table10)。

Table10 重回帰分析の負荷因子

責任転嫁・逃避	(+)攻撃負担意識、被配慮負担、回避場面頻度、(-)回避憂慮、発話負担頻度、配慮(判断)場面、攻撃場面憂慮、好印象希求
肯定的思考	(+)回避場面憂慮、気疲れ、(-)攻撃負担、摩耗(判断)憂慮、配慮場面、配慮場面(判断)憂慮、好印象希求、評価不安
現実検討・計画立案	(+)配慮負担頻度、気配り、(-)摩耗(判断)憂慮、消極的態度
サポート・他者依存	(+)回避負担頻度、被攻撃負担、摩耗(認知)感情、回避場面、発話場面、(-)摩耗(判断)憂慮、攻撃場面、配慮場面、抑制
思考回避・諦め	(+)攻撃負担、気疲れ、(-)被配慮頻度、被攻撃意識頻度、迎合努力
気晴らし	(+)攻撃負担意識、配慮頻度、被配慮負担、摩耗(認知)感情、(-)回避憂慮、摩耗(判断)感情、好印象希求
現状打開・苦闘	(+)回避意識頻度

考察

コーピングは間接経験による影響を多く受けていることが特徴的であった。気にしいは他者評価に敏感・過敏である。つまり、日ごろから意識して自分と他者を比較している場面が多くあるのではないだろうか。そして、間接経験場面というのは自分と他者を比べることの出来る場でもあるから、「○○したら△されている。じゃあこれから自分は□□しよう」と、間接的な経験が自分の姿を省みる作用をもたらしているのではないだろうか。しかし、気にしいそのものの因子との関係はあまりみられなかった。関係があった中で特徴的なものを挙げると好印象希求は責任転嫁・逃避、肯定的思考、気晴らしに負の影響を与えていた。このことから、他者に良く思われたい気持ちが強ければ強いほど、責任転嫁をしたり、逃避をしたり、肯定的に考えたり、気晴らしをしたりしないということが示された。よって、気にしいの人の中でも、好印象希求の傾向が強い人ほど、これらのコーピングをすることは他者に好印象を与えないと考えているのではないだろうか。

また、男女別で見てみると、研究Ⅰと同様に男の方が女に比べて有意な相関が多かったり、影響を与えている因子が多かったりという結果が示されたことから、コーピングとの関連についても男女間で異なるということが示された。例えば、サポート・他者依存では、男は回避されたときに他者の負担を考慮することが影響を与えていた。つまり、他者の負担を考慮することが多ければ、問題解決のために他者からサポートを得ようとしたり、頼りきって依存したりといったコーピングを持つということである。これは、他者の負担を考えていても、他者に頼らざるをえない状況だからサポートを求めたり、依存したりするのかもしれない。または、負担を考えているからこそ、他者の負担にならない範囲で助力を求めているのかもしれない。一方、女では他者から配慮された経験や、配慮されたときに相手を感じている負担を考慮することが多ければ、サポート・他者依存のコーピングをすることが示された。サポートを求めたときに相手が負担を感じていれば、次からその相手からサポートを得るのは困難になる。だから、相手の負担により一層、女は敏感になっているのではないだろうか。相関も見えてみると、認知的側面の因子の中でも自己負担と他者負担についての因子と有意な正の相関が見られた。認知的側面であっても、自己負担や他者負担を感じてしまうということは、サポートを受けるためには相手の負担に敏感でないと次回からのサポートが期待できないし、自己負担を我慢しなければサポートが期待できないと考えているのではないだろうか。

以上のことから、研究Ⅱの仮説「対人関係憂慮意識と気にしいの各因子はコーピングとも関係性があるの

ではないか。そして、気にしいの成立過程が異なるようにコーピングへの関与もまた男女で異なるのではないか」は支持された。

総合考察

研究Ⅰでは対人関係における経験とそれに伴う憂慮意識についての尺度を作成した。認知的側面と判断的側面という基準と経験の仕方によって分類した。そして、頻度・自己負担・他者影響と聞くことで、より細かな気にしいの成立過程について探ろうとした。能動的経験の認知では発話と回避に関する因子が、判断では攻撃と配慮に関する因子が抽出された。受動的経験の認知では受話と被回避に関する因子が、判断では被攻撃と被配慮に関する因子が抽出された。間接的経験の認知では発話、回避、配慮、磨耗に関する因子が、判断では攻撃、配慮、磨耗に関する因子が抽出された。認知と判断では因子の分かれ方が異なっている。判断は相手に与える影響を推測できる状況であるので、攻撃と配慮という分かれ方をしたのである。認知は相手に与える影響が推測できない状況ではあるが「○○しない」というのが相手を拒否するように捉えられたのだろう。

頻度・負担・影響の何が気にしいと関係しているかを検討するために、相関を調べ、重回帰分析を行ったところ、有意である因子数は男の方が多かった。女の方が男に比べて気にしいの構造がはっきりしているのかもしれない。しかし、男女で影響している因子が異なることが示されたことから、男と女とでは気にしいの生起メカニズムそのものが違うということが示唆された。例えば評価不安では、男は磨耗場面、女は回避場面の影響を受けていた。男は気配りされている人の立場で自分の姿を省みて不安に思い、女は回避されている人の立場で自分の姿を省みて不安に思っている。好印象希求でも、男は発話内容が好印象をもたれるか気にしているだけだが、女は発話内容に対して相手がどう捉えるかを気にしているということがわかる。気遣いも、男は回避したことに対する負担から気遣うのに対し、女は回避した相手のことを気にして気遣おうとしている。このように、気にしいの各因子には単なる経験頻度だけでなく、その経験を通じて感じた負担や、相手への影響、総合的な不安など、様々な因子が関係しているということがわかった。そして男女間でも異なるということがいえた。滝上(2007)で、女の中には対人関係において上手くやっていくことが最低限の条件として捉えられているかもしれないということ、他者を意識した視点を持っているということ、意識としてはネガティブ態度をとりたいたいと思いついても、ポジティブ態度をとらざるを得ない状況になっていることが示されていたことから、今回、女で気にしいの生起メカニズムが異なる(男よりも他者の負担を考え

ようとする)のも妥当だといえる。

研究IIではどのような対人経験や気にしいが、どんなストレスコーピングをする方向に関与しているかを検討した。コーピングは因子分析の結果、7因子に分かれた。「責任転嫁・逃避」、「肯定的思考」、「現実検討・計画立案」、「サポート・他者依存」、「思考回避・諦め」、「気晴らし」、「現状打開・苦闘」であった。研究Iと同様に相関を調べ、重回帰分析を行ったところ、有意である因子数は男の方が概ね多かった。そして、間接的経験の因子がコーピングに影響を与えている場合が多かった。これは、間接的に様々な場면을体験することによって、自分の姿を省みる作用をもたらしているからではないだろうか。気にしいは他者評価に敏感である。つまり、意識して自分と他者を比較している場合が多くあるのではないだろうか。間接的経験場面というのは自分と他者を比べることの出来る場でもある。「○○したら△される。じゃあ自分は□□しよう」と間接的場面から感じ取り、その場その場でコーピング方法を変化させるのではないだろうか。しかし、気にしいそのものの因子との関係はあまり見られなかった。その中でも特徴的なものを挙げると、好印象希求は責任転嫁・逃避、肯定的思考、気晴らしに負の影響を与えていた。他者に良く思われたい気持ちが強ければ、これらのコーピングが他者に良いイメージをもたれないと考えているためであろう。評価不安は男の肯定的思考、気晴らしや女の現実検討・計画立案に負の影響を与えていた。評価不安が大きければ、これらのコーピングが他者にどう思われるかわからないからだろう。「肯定的思考をして、楽観的だと思われたくない」、「気晴らしをしていて怠けていると思われたくない」、「頑張って現実を見つめて計画を立てている姿が張り切っていると思われそう」などが考えられる。また、研究Iと同様に男女でコーピングに関与する因子の違いが見られた。女は間接的経験による影響をあまり受けていないことが示された。ここで考えたいのが、気にしいの人が問題に直面した時にコーピングを優先するのかそれとも、他者の評価態度を気にするのを優先するのかということである。もし、他者の評価態度を気にするのを優先するのであれば、問題をなかなか解決できず、よりストレスが溜まっていくのではないだろうか。上山・米澤(2006)では気疲れが対人磨耗によるストレスの影響を受けていた。また回避欲求の影響も受けていた。他者との関係を回避したくても評価不安の気持ちもあるため、回避することができず、よりストレスを溜めているのではないかということが示されている。このことから、気にしいの人の中にはコーピングを優先するよりも他者の評価を気にすることを優先してしまい、ストレスを溜め込んでいる人がいるということがわかる。一方で、気にしいの気持ち特性を抱える人にとっては、気にしいの行動特性が対

人関係におけるストレスに対するコーピングになっているとも考えられるのではないだろうか。

参考文献

- 榎本さち・米澤好史 2008 自己意識的感情特性尺度作成の試み—他者への自己意識的感情欲求特性、対人場面懸念、帰属特性との関係— 和歌山大学教育学部紀要(教育科学), **58**, 29-38.
- 原口雅弘・尾関友佳子・津田彰 1992 大学生の心理的ストレス過程：ストレスに対する認知的評価とストレス反応およびコーピング 九州大学教養部心理学研究報告, **10**, 1-16
- 橋本剛 1997 大学生における対人ストレスイベント分類の試み 社会心理学研究, **13**, 64-75.
- 平石賢二 1990b 青年期における自己意識の発達に関する研究(I)—自己肯定性次元と事故安定性次元の検討 名古屋大学教育学部紀要—教育心理学, **37**, 217-234.
- 神村・海老原・佐藤・戸ヶ崎・坂野 1995 対処法略の三次元モデルと新しい尺度(TAC-24)の作成 教育相談研究, **33**, 41-47.
- 菊池章夫・有光典記 2006 新しい自己意識的感情尺度の開発 1) パーソナリティ研究, **14**, 137-148.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. 1984 Stress, Appraisal, and Coping. New York: Springer(本明寛・春木豊・織田正美監訳 1991 ストレスの心理学, 実務教育出版)
- 松尾直博・新井邦二郎 1998 児童の対人不安傾向と公的自己意識、対人的自己効力感との関係 教育心理学研究, **46**, 21-30
- 岡田努 1993 現代の大学生における「内省および友人関係のあり方」と「対人恐怖的心性」との関係 発達心理学研究, **4**, 162-170.
- 坂田成輝 1989 心理的ストレスに関する一研究：コーピング尺度(SCS)作成の試み 早稲田大学教育学部学術研究, **38**, 61-72.
- 佐藤綾子 2007 思いやりの日本人 講談社
- 佐々木淳・菅原健介・丹野義彦 2001 対人不安における自己呈示欲求について—賞賛獲得欲求と拒否回避欲求との比較から— 性格心理学研究, **9-2**, 142-143
- 滝上真衣子 2007 対人態度の構造—対人関係視点・安定志向・対人効力感・不登校感情との関係— 和歌山大学大学院教育学研究科修士論文(未公開)
- 滝上真衣子・米澤好史 2006 対人態度、対人欲求、対人ストレスの関係—新しいネクラ観の提案— 和歌山大学教育学部紀要(教育科学), **56**, 9-18.
- Tangney, J. P., & Fischer, K. W. (Eds.) 1995 *Self-conscious emotions: The psychology of shame, guilt, embarrassment, and pride*. New York: The Guilford Press, 301-321.
- 上山喜寛・米澤好史 2006 他者による自己評価意識尺度作成の試み—対人欲求・対人ストレスとの関係— 和歌山大学教育学部附属教育実践センター紀要, **16**, 135-144
- 渡部玲二郎 1999 対人関係能力と対人欲求の関係 心理学研究, **70**, 154-159.
- 由良健一・米澤好史 2005 子どもの学習における自己評価を規定する要因とその影響—自己像・意欲・ストレスの関係— 和歌山大学教育学部附属教育実践センター紀要, **15**, 27-36